

福祉コラム

冬は色々な感染症が流行しやすい季節です。尾道市より冬場の新型コロナウイルス等感染防止のポイントが示されていますのでご紹介します。対策をしながら冬を乗り切りましょう。

【冬の感染防止対策】

- ①寒い環境でも換気扇や窓を少しだけ開けて換気しましょう  
⇒ 室温は 18℃以上に。暖房器具を利用し温度を調整しましょう
- ②換気しながら適度な加湿をしましょう  
⇒ 湿度は 40%以上を目安にしましょう



【基本的な感染防止対策】

- ③ 手洗いは 30 秒程かけて水と石けんで丁寧に洗う
- ④ 毎朝の体温測定 ⑤適度な運動と食事で免疫力をアップ
- ⑥ 誰とどこで会ったかメモ ⑦マスクを着用 ⑧こまめな拭き掃除
- ⑨人との間隔は 1m以上 ⑩三密を避ける、大声を出さない



参考:尾道市 HP

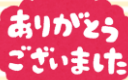
行事報告

- 10 月  
14 日 レク『フジグラン神辺 & 開放倉庫』(瑠璃寮) 17 日 レク『DVD 鑑賞』(瑠璃の屋形)  
24 日 レク『映画鑑賞』(瑠璃の屋形) 28 日 外出『山本二三展』(瑠璃寮) 31 日 レク『DVD 鑑賞』(瑠璃の屋形)
- 11 月  
7 日 レク『佛通寺へ紅葉狩り』(瑠璃の屋形) 14 日 レク『茶話会』(瑠璃の屋形)  
18 日 外出『あいサポートアート展』(瑠璃寮) 21 日 レク『あいサポートアート展』(瑠璃の屋形) (ヴィータ)  
25 日 レク『耕三寺 & ドルチェ』(瑠璃寮) 26 日 ミニイベント(瑠璃の屋形) ミニイベント参加(ヴィータ)  
28 日 レク『カラオケ』(瑠璃の屋形)
- 12 月  
5 日 レク『DVD 鑑賞』(瑠璃の屋形) 10 日 ミニイベント(瑠璃の屋形) ミニイベント参加(ヴィータ)  
12 日 レク『茶話会』(瑠璃の屋形) 19 日 レク『DVD 鑑賞』(瑠璃の屋形)  
24 日 レク『クリスマスランチ』(やまと) 24 日 レク『クリスマス会』(ヴィータ)



感謝の気持ち

- 10 月 【物品寄贈】 匿名希望様 【ボランティア】 匿名希望様  
11 月 【物品寄贈】 マツダ株式会社様 R.S 様 匿名希望様 【ボランティア】 匿名希望様  
12 月 【寄付金】 ボランティア Y.Y. 様 【物品寄贈】 匿名希望様 匿名希望様  
【ボランティア】 匿名希望様



お問い合わせ先

社会福祉法人 尾道のぞみ会 (HP:<http://www.o-nozomi.or.jp/>)

- ・瑠璃の屋形(就労継続支援 B 型) 広島県尾道市久保町 92-2 ☎(0848)37-6040
- ・瑠璃寮(生活訓練:宿泊型、通所型、訪問型・短期入所) 広島県尾道市久保町 1714-1 ☎(0848)20-7676
- ・地域生活支援センターるり(地域活動支援センター・指定特定、指定一般相談支援)  
広島県尾道市天満町 2-10 ☎(0848)38-7151
- ・希望の家(共同生活援助) 瑠璃寮内
- ・やまと(就労継続支援 B 型) 広島県尾道市御調町大山田 1139-2 ☎(0848)76-2356
- ・ヴィータ(就労継続支援 B 型) 広島県尾道市因島重井町鬼岩 5276-17 1 階 ☎(0845)26-2580

# 瑠璃だより

## 冬号



発行:社会福祉法人尾道のぞみ会 2020 年 12 月 30 日発行  
〒722-0042 広島県尾道市久保町 92-2

新年のご挨拶

あけましておめでとうございます。

昨年は新型コロナウイルスの世界的流行に翻弄された 1 年でした。しかしながら皆様方の多大なご支援とご協力により、12 月 10 日時点で当法人施設での感染報告はされておらず、引き続き気を引き締めて感染対策を講じて参りたいと思います。

各施設での活動はかなり制限され、利用者の方々や職員にとって例年にも増してストレスの大きい 1 年となりました。今年はこの見えない脅威が少しでも早く収束に向かい、従来通りの活動が行えるよう願っています。

皆様方におかれましてもご健康には十分にご留意され、希望と笑顔に溢れた新年となりますよう心からお祈り申し上げます。

理事長 高垣 孔幸

瑠璃の屋形



あけましておめでとうございます。

1 日でも早く今の状況が収束し平穏な日々が戻りますようお祈り申し上げます。

昨年の 11 月 26 日と 12 月 10 日にミニイベントを行いました。直売市では 50 円コーナー、100 円コーナーのお買い得コーナーを設け、手作りの焼き芋機で焼いたホクホクのあま〜い焼き芋、かわいい手作り雑貨、リサイクル品、まつぼっくりを使用したクリスマス用の置物のワークショップの出店をしていただきました。また、当法人のバンド『ルーリーズ』も演奏でイベントを盛り上げてくれました。

このたびのイベントはコロナ渦ということもあり大々的な宣伝は行わず、いつもご来店いただいておりますお客様に楽しんでいただけるようなイベントとして開催いたしました。感染防止対策を行いながらのこれまでとは違った生活の中、また日々のコロナ関連のニュースに不安やストレスを感じながらの生活の中で、このミニイベントが少しでも楽しい時間となっていたら幸いです。





## やまと



あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願いいたします。  
今号では、作業の様子とレクリエーションについて書かせていただきます。

## 田んぼでの作業

稲刈りが終わり、次の田植えに向けて耕うん作業が始まりました。昨年の収穫量が一昨年より少し落ちてしまったので、収穫量が増えるようにと色々と考えています。これまでは年が明けてから耕うんをすることが多かったのですが、地域の方から「稲刈り後は早めに耕した方が苗を植える際に根を張りやすくなる」と教えていただいたので、このたびは年末に耕うんを行いました。収穫量が増えるよう、地域の方からのアドバイスを参考にしながらこれからも研究をしていきたいと思います。



## 所外作業

秋から冬にかけて枯葉がたくさん落ちるため、作業に時間を要することが多くなりました。利用者さんと協力しながら枯葉の回収作業をしていると、地域の方から「綺麗になったね。ありがとうね。」と声を掛けていただけることがあり、とても励みになっています。

今後も、丁寧に仕事を行いながら、地域の方に信頼される作業をしていきたいと思っています。

## クリスマスランチ

昨年は、なかなかレクリエーションを行うことが出来なかったということもあり、せめてクリスマスには何かしたいと考え、事業所内でクリスマスランチを楽しみました。利用者さんの中には、レクリエーションを楽しみに来られている方もいらっしゃいますので、少しでも利用者さんが喜び、リフレッシュできていたら良いなと思います。

まだまだ寒い時期は続きますが、くれぐれもお体にはお気をつけください。

## 希望の家



新たな年を迎え皆さまにご多幸がありますようお祈りいたしております。

さて、この冬号では希望の家(グループホーム)を利用している方に、ホームの暮らしについてインタビューをしましたので、ご紹介いたします。

【ホームでの暮らしはどうか？】

庭があるので、そこで季節の野菜作りが出来るので良いです。出来たら、夕食の食事に使ってもらっています。喜んでくれるので作りがいがあり、うれしいです。近所にはスーパーやバス停があって便利です。部屋は日当たりもよく、広くて気に入っています。サービスの手続きやお金のやりくりは、自分でするのは難しいけど、職員が一緒にしてくれるので助かっています。夜間は職員がいませんが、何かあった時には緊急電話で対応してくれるので、心配はしていません。地域のシティクリーニングでは、川の掃除を手伝っています。人助けになることは大好きなので、毎年張り切って参加しています。ただ、庭の剪定が大変です。洗濯物を外に干すので、そこだけは、時々剪定をしています。

コロナ禍で行動制限はありますが、ご自分のペースで楽しんで生活を送ることが出来ておられます。今後も、ご本人の思いや目標が達成できるように支援に取り組んでいきたいと思っています。

まだまだ、寒さが厳しいですが、お風邪など召しませんようお気をつけ下さい。



## 職員コーナー

地域生活支援センターるり 永谷 テーマ:「はまっているもの」  
やまと 土生谷 テーマ:「季節の楽しみ」

地域生活支援センターるりの永谷です。

見た目の効果が出ていないので「はまっている」というにはおこがましいのですが、今年の春頃から「宅トレ」にはまっています。

コロナ渦で話題になっているのでご存じの方がほとんどだとは思いますが、「宅トレ」とは、「自宅に居ながらトレーニング」のことです。YouTubeなどの動画サイトや本でトレーニング方法を見ながら行います。自宅に居ながらトレーニングができるので、人目が気にならない(注:家族の目は気になる)、数分のメニューのものもあるので忙しい時でも「すき間時間」に簡単にできるし、「飛ばない」「省スペース」でできるなど環境に応じたメニューもあるので、場所も気にせず日常生活に取り入れることができます。

最初は、なんとなく「おしゃれ」「今どき」な感じに惹かれて始めましたが、今では、家では動きやすい服に着替え、寝室にヨガマットを敷きっぱなしにして、家事の合間に「宅トレ」しています。「運動している」ことに、自己満足している今日この頃です。



皆さん、こんにちは。やまと事業所の土生谷(はぶたに)です。私の季節の楽しみは、それぞれの季節のおいしい食べ物やその季節ならではの行楽地です。

昨年の春は、主人と岡山県の桜の名所『井原堤』へ桜を見に行きました。新型コロナウイルスが出始めた時期だったので、感染防止対策をしながら河川を見て歩きました。綺麗な桜に癒されたひと時でした。

夏と言えば花火ですが、昨年はコロナウイルス感染拡大防止の観点から各地で花火大会が中止となり残念でした。私は見る事が出来なかったのですが、秋に私の住んでいる地域でもサプライズ花火がありました。

秋と言えば、食欲の秋です。やまとのネギハウスの近くに栗の木があるのですが、一昨年は毛虫に葉を全て食べられてしまい実らず…。「今年も栗は実らないかな」と話していましたが、昨年はたくさんの栗が実りました。収穫した栗で栗ご飯と渋皮煮を作り、秋の味覚を満喫しました。

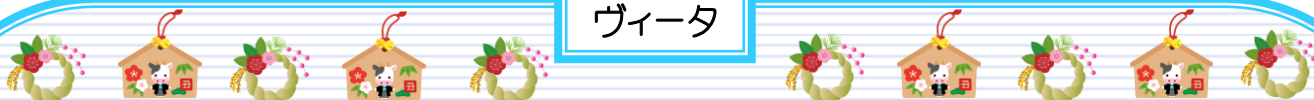
12月に入り、柑橘が出始めたので早速みかんを食べました。クリスマスにはクリスマスケーキを主人と食べました。お正月のおせちやお雑煮も楽しみです。

コロナウイルスの感染拡大が止まらない中、行楽地へ楽しみに行くということは難しいですが、食べ物は自宅でも楽しむことができます。今出来る楽しみ方をしていきたいなと思います。





## ヴィータ



あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願いします。

さてヴィータでは、まだまだコロナウィルスの影響もありますが感染症対策をしっかりと行い、レクリエーションとして 11 月にふくやま美術館で開催されました『あいサポートアート展』に行ってみました。『あいサポートアート展』とは、広島県が主催する芸術作品の展覧会です。広島県内に在住、在勤、在学、通所されている障害のある方が応募された作品の中から選ばれた作品が展示されます。ヴィータでは、瑠璃寮で企画されている『絵画』活動に毎月 1 回参加しています。このたび、絵画活動で描いた作品を応募したところ入選された方がおられました。「みんなで観に行ってみよう」と提案をし、希望者を募り、職員含め 11 名で観覧しました。入選された Y さんの作品はもちろん、Y さん以外の方の作品もとてもステキでした。観覧中には「すごい!」「どうやって作ったんだろう」と思わず心の声が言葉に出ておられました。どなたも真剣な眼差しで 1 点 1 点じっくり観覧されていました。

コロナウィルスに限らず、インフルエンザも流行る季節となっています。今後もヴィーター同手洗い・うがい・消毒など感染予防に取り組んでまいります。

**Yさん入賞  
おめでとうございます!**



『夏の花』

## 瑠璃寮



皆様、あけましておめでとうございます。

今号では昨年末に利用者の皆様が参加したイベントの一部をご紹介します。11 月 25 日にレクリエーションとして、『瀬戸田へ行こう』を実施し、瀬戸田の耕三寺博物館(未来心の丘を含む)とドルチェ本店へ行きました。耕三寺博物館では、耕三寺と未来心の丘を観光し、豊かな自然とマッチするそれぞれの建造物の神秘に魅了されました。あまりの神秘に時間を忘れ、予定を大幅に超える観光時間となりました。参加者は「思っていたより派手で、見ごたえがあった」「別の国にいるようだった」と満足されたようでした。

耕三寺博物館を観光したのち、ドルチェ本店に移動しました。11 月後半という寒い時期、さらに夕方という寒い時間帯に、ジェラートを食べると本当に大丈夫だろうか心配していましたが、店内は非常に暖かく、その心配も杞憂に終わりました。参加者は、季節限定のジェラートや瀬戸田ならではのジェラートなど、好きなものを注文し食べられていました。移動中の車内では「寒いからジェラートはいらない」と言っていた参加者が、笑顔で「おいしい、おいしい」と言っている姿を見て、来て良かったなとホッとしました。

今後も様々なイベントやプログラムを実施し、利用者の皆様の日常が少しでも明るいものになればと思っています。本年もどうぞよろしくお願いいたします。



## 地域生活支援センターるり

あけましておめでとうございます。昨年は新型コロナウイルス感染症拡大防止に向け、例年とは異なる様々な動きがありました。未だ終息の見込みが立っていない状況下ではありますが、本年もできる限りの対策に努め、更なる支援の充実を目指して参りたいと思っております。

瑠璃だより冬号では、地域生活支援センターるりの機能について改めてご紹介します。

センターるりでは『相談支援事業』と『地域活動支援センター』の大きく分けて2つの事業を行っています。

『相談支援事業』としては、①基本相談支援、②計画相談支援に加え、その他必要に応じた形の相談支援を行っています。計画相談支援では主に障害福祉サービスの利用に関わる相談・調整対応等を行っています。近年の地域福祉においてますますニーズが高まっており、多くの人的・社会的資源が必要とされている事業です。



『地域活動支援センター』としては、①創作的または生産的活動の機会の提供を目的とした各種プログラムの実施、②当事者活動の支援、③憩いのスペースの提供、④地域交流活動を行っています。具体的な活動内容は、外部講師によるパソコン教室・パステルアート教室、書道サークル、絵手紙サークル、カフェまでウォーキング（現在は感染症対策のためウォーキング）等です。プログラムを行っていない日は休憩の場としても利用していただいております、テレビを見たり本を読んだりしながらゆっくりと過ごすことができます。

感染症拡大防止対策のため、現在は一部プログラムの内容変更や参加人数制限等を行っており、従来とは異なる体制での実施となっております。利用登録者の皆様におかれましては、ご理解とご協力をいただき大変感謝いたします。

社会情勢や地域の実情に応じて、様々なあり方での支援体制となっておりますが、一貫して障害当事者の方のその人らしい地域での暮らしの実現を目的としています。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

